

## Ringkasan Ajaran Buddha (1)

### RINGKASAN AJARAN BUDDHA (1)

Disusun oleh : Tanhadi

#### KONSEP KETUHANAN

Perlu ditekankan bahwa Buddha bukan Tuhan. Konsep ketuhanan dalam agama Buddha berbeda dengan konsep dalam agama Samawi dimana alam semesta diciptakan oleh Tuhan dan tujuan akhir dari hidup manusia adalah kembali ke sorga ciptaan Tuhan yang kekal.

Ketahuilah para Bhikkhu bahwa ada sesuatu Yang Tidak Dilahirkan, Yang Tidak Menjelma, Yang Tidak Tercipta, Yang Mutlak. Duhai para Bhikkhu, apabila Tidak ada Yang Tidak Dilahirkan, Yang Tidak Menjelma, Yang Tidak Diciptakan, Yang Mutlak, maka tidak akan mungkin kita dapat bebas dari kelahiran, penjelmaan, pembentukan, pemunculan dari sebab yang lalu. Tetapi para Bhikkhu, karena ada Yang Tidak Dilahirkan, Yang Tidak Menjelma, Yang Tidak Tercipta, Yang Mutlak, maka ada kemungkinan untuk bebas dari kelahiran, penjelmaan, pembentukan, pemunculan dari sebab yang lalu.

**Ungkapan di atas adalah pernyataan dari Sang Buddha yang terdapat dalam Sutta Pitaka, Udana VIII : 3,** yang merupakan konsep Ketuhanan Yang Mahaesa dalam agama Buddha.

Ketuhanan Yang Mahaesa dalam bahasa Pali adalah "**Atthi Ajatang Abhutang Akatang Asamkhatang**" yang artinya "**Suatu Yang Tidak Dilahirkan, Tidak Dijelmakan, Tidak Diciptakan dan Yang Mutlak**".

Dalam hal ini, Ketuhanan Yang Maha Esa adalah suatu yang **tanpa aku (anatta)**, yang tidak dapat dipersonifikasikan dan yang tidak dapat digambarkan dalam bentuk apa pun. Tetapi dengan adanya Yang Mutlak, **yang tidak berkondisi (asamkhata) maka manusia yang berkondisi (samkhata)** dapat mencapai kebebasan dari **lingkaran kehidupan (samsara)** dengan cara bermeditasi.

Selanjutnya ada sebuah pokok uraian dalam ajaran agama Buddha yang telah menyesatkan banyak penulis <sup>\*)</sup>, **sehingga agama Buddha dianggap oleh mereka sebagai agama non-theis.** Pandangan yang salah ini didasarkan pada pernyataan Sang Buddha sendiri dalam Brahmajala Sutta, di mana Sang Buddha menolak Maha Brahma sebagai Tuhan, Pencipta, Maha Kuasa dan seterusnya. Bilamana kita mengkaji secara cermat apa yang dinyatakan oleh Sang Buddha itu, maka kita akan mengerti apa yang dimaksudkan oleh Beliau, sebab Maha Brahma yang dimaksud dalam Brahmajala Sutta adalah dewa brahma yang salah mengerti tentang dirinya sendiri. Pernyataan Sang Buddha tersebut adalah sebagai berikut :

Para bhikkhu, pada suatu masa yang lampau, setelah berlangsungnya suatu masa yang lama sekali, 'bumi ini belum ada'. Ketika itu umumnya mahluk-mahluk hidup di alam dewa Abhassara, di situ mereka hidup ditunjang oleh kekuatan pikiran, diliputi kegiuran, dengan tubuh yang bercahaya dan melayang-layang di angkasa hidup diliputi kemegahan, mereka hidup demikian dalam masa yang lama sekali.

Demikianlah pada suatu waktu yang lampau ketika berakhirnya suatu masa yang lama sekali, bumi ini mulai ber-evolusi dalam pembentukan, ketika hal ini terjadi alam Brahma kelihatan dan masih kosong. Ada mahluk dari alam dewa Abhassara yang 'masa hidupnya' atau 'pahala kamma baiknya' untuk hidup di alam itu telah habis, ia meninggal dari alam Abhassara itu dan terlahir kembali di alam brahma Di sini, ia hidup ditunjang pula oleh kekuatan pikirannya diliputi kegiuran, dengan tubuh yang bercahaya-cahaya dan melayang-layang di angkasa, hidup diliputi kemegahan, ia hidup demikian dalam masa yang lama sekali.

Karena terlalu lama ia hidup sendirian disitu, maka dalam dirinya muncullah rasa ketidakpuasan, juga muncul suatu keinginan, 'O semoga ada mahluk lain yang datang dan hidup bersama saya di sini!'. Pada saat itu ada mahluk lain yang disebabkan oleh masa usianya atau pahala kamma baiknya telah habis, mereka meninggal di alam Abhassara dan terlahir kembali di alam Brahma sebagai pengikutnya, tetapi dalam banyak hal sama dengan dia. Para bhikkhu, berdasarkan itu, maka mahluk pertama yang terlahir di alam Brahma berpendapat :

"Saya Brahma, Maha Brahma, Maha Agung, Maha Kuasa, Maha Tahu, Penguasa, Tuan Dari Semua, Pembuat, Pencipta, Maha Tinggi, Penentu tempat bagi semua mahluk, asal mula kehidupan, Bapa dari yang telah ada dan yang akan ada. Semua mahluk ini adalah ciptaanku".

Mengapa demikian? Baru saja terpikir, semoga mereka datang', dan berdasarkan pada keinginan itu maka mahluk-mahluk ini muncul. Mahluk-mahluk itu pun berpikir, 'dia Brahma, Maha Brahma, Maha Agung, Maha Kuasa, Maha Tahu, Penguasa, Tuan dari semua, Pembuat, Pencipta, Maha Tinggi, Penentu tempat bagi semua mahluk, asal mula kehidupan, Bapa dari yang telah ada dan yang akan ada. Kita semua adalah ciptaannya. mengapa? Sebab, kita muncul sesudahnya. Para bhikkhu, dalam hal ini mahluk pertama yang berada di situ memiliki usia yang lebih panjang, lebih mulia, lebih berkuasa daripada mahluk-mahluk yang datang sesudahnya.

Para bhikkhu, selanjutnya ada beberapa mahluk yang meninggal di alam tersebut dan terlahir kembali di bumi. Setelah berada di bumi ia meninggalkan kehidupan berumah-tangga dan menjadi pertapa. Karena hidup sebagai

pertapa, maka dengan bersemangat, tekad, waspada dan kesungguhan bermeditasi, pikirannya terpusat, batinnya menjadi tenang dan memiliki kemampuan untuk mengingat kembali satu kehidupannya yang lampau, tetapi tidak lebih dari itu. Mereka berkata:

"Dia Brahma, Maha Brahma, Maha Agung, Maha Kuasa, Penguasa, Tuan dari semua, Pembuat, Pencipta, Maha Tinggi, Penentu tempat bagi semua makhluk, asal mula kehidupan, Bapa dari yang ada dan yang akan ada. Dialah yang menciptakan kami, ia tetap kekal keadaannya tidak berubah, ia akan tetap kekal selamanya, tetapi kami yang diciptakannya dan datang ke sini adalah tidak kekal, berubah dan memiliki usia yang terbatas." <sup>\*\*\*</sup>)

Dengan mengikuti uraian tentang Maha Brahma dengan segala sifat yang dimilikinya, kita mengerti bahwa wajar dan tepatlah tindakan Sang Buddha menolak paham Maha Brahma ini sebagai Tuhan Pencipta. Paham Maha Brahma sebagai pencipta ini dengan segala sifatnya diklasifikasikan sebagai salah sebuah pandangan sesat dari **62 pandangan sesat yang diuraikan dalam Brahmajala Sutta.**

Setelah mengikuti uraian tentang konsep-konsep ajaran agama Buddha yang berbeda dengan konsep-konsep dari agama lain, maka nampak bahwa dasar-dasar pemikiran Buddhis adalah unik dan spesifik Buddhis. Berdasarkan pada dasar-dasar pemikiran itulah maka konsep Ketuhanan Yang Maha Esa dalam Agama Buddha pun berbeda dengan konsep Ketuhanan Yang Maha Esa dari agama-agama lain.

#### **Catatan**

<sup>\*)</sup> Mereka antara lain :

1. Helmut von Glasenapp, Buddhism, A Non-Theistic Religion, lihat Bab II.
2. Douglas M. Burns, M.D., Buddhism, Science and Atheism.

Kedua penulis ini menitikberatkan pengertian atau konsep Ketuhanan seperti konsep Ketuhanan yang ada pada agama lain di luar agama Buddha. Mereka menanggapi dengan serius tentang Maha Brahma sebagai pencipta yang ditolak oleh Sang Buddha. Bila Maha Brahma dilegitimaskan sebagai atau sama dengan Ketuhanan dalam agama tersebut, ini berarti bahwa Ketuhanan dalam agama tersebut pun turun derajatnya menjadi dewa atau manusia! Jelas pandangan seperti ini adalah keliru. Menurut pandangan Buddhis, Maha Brahma yang disebutkan dalam Brahmajala Sutta adalah makhluk yang belum mencapai tingkat kesucian, dan pada suatu waktu kelak bila karma baik Maha Brahma tersebut untuk hidup di alam Maha Brahma itu telah habis, maka Maha Brahma itu akan terlahir di alam yang lebih rendah yaitu di alam para dewa (devaloka) atau terlahir sebagai manusia. Banyak penulis yang berpandangan seperti di atas, tapi karena terbatasnya waktu maka cukup dua penulis itu yang disinggung di sini.

<sup>\*\*) Sutta Pitaka, Digha Nikaya I, Proyek Pengadaan Kitab Suci Buddha hal 22-24</sup>

Kecuali alam suddhavasa (Aviha, Atappa, Sudassa, Sudassi dan Akahittha) dari 31 alam ini yaitu 26 alam pernah menjadi tempat kelahiran dari makhluk yang telah menjadi manusia sekarang. Dengan kata lain kita dapat terlahir di 26 alam tersebut, tapi selama kita belum mencapai kesucian atau kebebasan mutlak maka alam kehidupan kita berubah terus. Terlahir kembali menurut pandangan Buddhis yaitu kelahiran seseorang di antara 31 alam kehidupan tersebut. Dalam ungkapan "Bila seorang meninggal dunia maka ia akan langsung terlahir kembali" ini berarti orang tersebut langsung terlahir kembali di salah satu alam dari 31 alam, dan kelahiran ini tergantung dari amal perbuatan selama hidup juga sampai di mana kematangan batinnya. Lima alam Suddhavasa adalah khusus tempat kelahiran para anagami dan dari alam-akam Suddhavasa ini mereka akan parinibbana yang berarti tidak akan terlahir lagi sebagai makhluk di alam mana pun. Nibbana (nirvana) bukan alam tetapi sesuatu keadaan batin yang bebas dari belunggu.

Satu hari di alam Catummaharajika sama dengan 25 tahun di alam manusia. Kappa atau kalpa sama dengan satu mil kubik berisi biji sesawi dikali 100 tahun untuk setiap biji sesawi tersebut. Karena hidup di alam surga (dewa) maupun di alam rupa lama sekali maka banyak makhluk di alamalam itu salah mengerti dan berpendapat bahwa mereka itu kekal. padahal kehidupan di alam-alam itu tidak kekal.

Di dalam agama Buddha tujuan akhir hidup manusia adalah mencapai kebuddhaan (*anuttara samyak sambodhi*) atau pencerahan sejati dimana roh manusia tidak perlu lagi mengalami proses tumimbal lahir. Untuk mencapai itu pertolongan dan bantuan pihak lain tidak ada pengaruhnya. Tidak ada dewa - dewi yang dapat membantu, hanya dengan usaha sendirilah kebuddhaan dapat dicapai. Buddha hanya merupakan contoh, juru pandu, dan guru bagi makhluk yang perlu melalui jalan mereka sendiri, mencapai pencerahan rohani, dan melihat kebenaran & realitas sebenar-benarnya.

#### **TUMIMBAL LAHIR**

Adalah kelahiran kembali suatu makhluk hidup dalam alam kehidupan yang sama atau berbeda serta tidak membawa kesadaran akan kehidupan dari alam sebelumnya. Konsep ini berbeda dengan konsep reinkarnasi di mana reinkarnasi masih membawa kesadaran akan alam kehidupan dari alam sebelumnya.

Yang dimaksud dengan Tumimbal lahir adalah suatu proses kelahiran kembali jasmani dan batin yang lama mengalami pelapukan, kehancuran, dan kemudian muncul jasmani dan batin baru yang timbul akibat adanya

kekuatan kamma (perbuatan). Jadi disini jasmani dan batin/"jiwa" tidak kekal. Konsep ini dianut oleh penganut Buddhisme sesuai dengan 3 prinsip dasar hidup dan kehidupan yaitu : Anatta, segala sesuatu adalah tanpa adanya "roh"/"jiwa"/batin yang kekal. Anicca, segala sesuatu yang terbentuk dari gabungan beberapa unsur adalah tidak kekal. Dukkha, segala sesuatu yang tidak kekal membawa penderitaan. Sedangkan pada Reinkarnasi yaitu Jasmani mengalami kehancuran, tetapi "jiwa"/batin tidak mengalami kehancuran/perubahan. Kemudian "jiwa" "mencari" dan menempatkan jasmani yang baru.

Reinkarnasi adalah suatu proses kelahiran kembali dimana batin/"jiwa" yang lama meninggalkan jasmani yang sudah lapuk dan mencari jasmani baru. Jika diumpamakan seperti kita mengganti baju, dimana tubuh kita adalah "jiwa/batin kita, dan baju sebagai jasmani kita. Setelah baju (jasmani) usang, maka diganti dengan yang baru. Jadi disini hanya batin/"jiwa" yang dikatakan kekal. Konsep Reinkarnasi ini di anut oleh agama Hindu seperti yang dijelaskan dalam salah satu kitab suci agama Hindu yaitu Bhagavad Gita. Dan Buddhisme menolak adanya batin/"jiwa" yang kekal.

### **ALAM SEMESTA**

Menurut pandangan Buddhis, alam semesta ini luas sekali. Dalam alam semesta terdapat banyak tata surya yang jumlahnya tidak dapat dihitung. Hal ini diterangkan oleh Sang Buddha sebagai jawaban atas pertanyaan bhikkhu Ananda dalam Anguttara Nikaya sebagai berikut :

Ananda apakah kau pernah mendengar tentang seribu Culanika loka dhatu (tata surya kecil) ? .....

Ananda, sejauh matahari dan bulan berotasi pada garis orbitnya, dan sejauh pancaran sinar matahari dan bulan di angkasa, sejauh itulah luas seribu tata surya. Di dalam seribu tata surya terdapat seribu matahari, seribu bulan, seribu Sineru, seribu jambudipa, seribu Aparayojana, seribu Uttarakuru, seribu Pabbavidehana .....

Inilah, Ananda, yang dinamakan seribu tata surya kecil (sahassi culanika lokadhatu).

Ananda, seribu kali sahassi culanika lokadhatu dinamakan "Dvisahassi majjhimanika lokadhatu".

Ananda, seribu kali Dvisahassi majjhimanika lokadhatu dinamakan "Tisahassi Mahasahassi Lokadhatu".

Ananda, bilamana Sang Tathagata mau, maka ia dapat memperdengarkan suara-Nya sampai terdengar di Tisahassi mahasahassi lokadhatu, ataupun melebihi itu lagi.

Sesuai dengan kutipan di atas dalam sebuah Dvisahassi Majjhimanika lokadhatu terdapat  $1.000 \times 1.000 = 1.000.000$  tata surya. Sedangkan dalam Tisahassi Mahasahassi lokadhatu terdapat  $1.000.000 \times 1.000 = 1.000.000.000$  tata surya. Alam semesta bukan hanya terbatas pada satu milyar tata surya saja, tetapi masih melampauinya lagi.

#### **Catatan :**

- Buku Peringatan WAISAK 2528/1984 Yayasan Maha Bodhi Indonesia, Jakarta, 1984, hal. 53. Dikutip dari Anguttara Nikaya, Ananda Vagga.

*Jambudipa adalah belahan bumi bagian selatan.*

*Aparayojana adalah belahan bumi bagian barat.*

*Uttarakuru adalah belahan bumi bagian utara.*

*Pabbavideha adalah belahan bumi bagian timur.*

### **KEJADIAN BUMI DAN MANUSIA**

Terjadinya bumi dan manusia merupakan konsep yang unik pula dalam agama Buddha, khususnya tentang manusia pertama yang muncul di bumi kita ini bukanlah hanya seorang atau dua orang, tetapi banyak. Kejadian bumi dan manusia pertama di bumi ini diuraikan oleh Sang Buddha dalam Digha Nikaya, Agganna Sutta dan Brahmajala Sutta. Tetapi di bawah ini hanya uraian dari Agganna Sutta yang akan diterangkan:

Vasettha, terdapat suatu saat, cepat atau lambat, setelah suatu masa yang lama sekali, ketika dunia ini hancur. Dan ketika hal ini terjadi, umumnya mahluk-mahluk terlahir kembali di Abhassara (alam cahaya); di sana mereka hidup dari ciptaan batin (mano maya), diliputi kegiuran, memiliki tubuh yang bercahaya, melayang-layang di angkasa, hidup dalam kemegahan. Mereka hidup demikian dalam masa yang lama sekali.

Pada waktu itu (bumi kita ini) semuanya terdiri dari air, gelap gulita. Tidak ada matahari atau bulan yang nampak, tidak ada bintang-bintang maupun konstelasi-konstelasi yang kelihatan; siang maupun malam belum ada, .... laki-laki maupun wanita belum ada. Mahluk-mahluk hanya dikenal sebagai mahluk-mahluk saja.

Vasettha, cepat atau lambat setelah suatu masa yang lama sekali bagi mahluk-mahluk tersebut, tanah dengan sarinya muncul keluar dari dalam air. Sama seperti bentuk-bentuk buih (busa) di permukaan nasi susu masak yang mendingin, demikianlah munculnya tanah itu. Tanah itu memiliki warna, bau dan rasa. Sama seperti dadi susu atau mentega murni, demikianlah warna tanah itu; sama seperti madu tawon murni, demikianlah manis tanah itu.

Kemudian Vasettha, di antara mahluk-mahluk yang memiliki sifat serakah (lolajatiko) berkata : 'O apakah ini? Dan mencicipi sari tanah itu dengan jarinya. Dengan mencicipinya, maka ia diliputi oleh sari itu, dan nafsu keinginan masuk dalam dirinya Mahluk-mahluk lainnya mengikuti contoh perbuatannya, mencicipi sari tanah itu dengan jari-jari ....mahluk-mahluk itu mulai makan sari tanah, memecahkan gumpalan-gumpalan sari tanah

tersebut dengan tangan mereka. Dan dengan melakukan hal ini, cahaya tubuh mahluk-mahluk itu lenyap. Dengan lenyapnya cahaya tubuh mereka, maka matahari, bulan, bintang-bintang dan konstelasi-konstelasi nampak ..... siang dan malam ..... terjadi. Demikianlah, Vasettha, sejauh itu bumi terbentuk kembali.

Vasettha, selanjutnya mahluk-mahluk itu menikmati sari tanah, memakannya, hidup dengannya, dan berlangsung demikian dalam masa yang lama sekali. Berdasarkan atas takaran yang mereka makan itu, maka tubuh mereka menjadi padat, dan terwujudlah berbagai macam bentuk tubuh. Sebagian mahluk memiliki bentuk tubuh yang indah dan sebagian mahluk memiliki tubuh yang buruk. Dan karena keadaan ini, mereka yang memiliki bentuk tubuh yang indah memandang rendah mereka yang memiliki bentuk tubuh yang buruk ..... maka sari tanah itu pun lenyap ..... ketika sari tanah lenyap .....muncullah tumbuhan dari tanah (bhumi-papatiko).

Cara tumbuhnya seperti cendawan ..... Mereka menikmati, mendapatkan makanan, hidup dengan tumbuhan yang muncul dari tanah tersebut, dan hal ini berlangsung demikian dalam masa yang lama sekali ..... (seperti di atas). Sementara mereka bangga akan keindahan diri mereka, mereka menjadi sombong dan congkak, maka tumbuhan yang muncul dari tanah itu pun lenyap.

Selanjutnya tumbuhan menjalar (badalata) muncul ..... warnanya seperti dadi susu atau mentega murni, manisnya seperti madu tawon murni .....Mereka menikmati, mendapatkan makanan dan hidup dengan tumbuhan menjalar itu ..... maka tubuh mereka menjadi lebih padat; dan perbedaan bentuk tubuh mereka nampak lebih jelas; sebagian nampak indah dan sebagian nampak buruk.

Dan karena keadaan ini, maka mereka yang memiliki bentuk tubuh indah memandang rendah mereka yang memiliki bentuk tubuh buruk ..... Sementara mereka bangga akan keindahan tubuh mereka sehingga menjadi sombong dan congkak, maka tumbuhan menjalar itu pun lenyap.

Kemudian, Vasettha, ketika tumbuhan menjalar lenyap ..... muncullah tumbuhan padi (sali) yang masak di alam terbuka, tanpa dedak dan sekam, harum, dengan bulir-bulir yang bersih. Pada sore hari mereka mengumpulkan dan membawanya untuk makan malam, pada keesokan paginya padi itu telah tumbuh dan masak kembali. Bila pada pagi hari mereka mengumpulkan dan membawanya untuk makan siang, maka pada sore hari padi tersebut telah tumbuh dan masak kembali, demikian terus menerus padi itu muncul.

Vasettha, selanjutnya mahluk-mahluk itu menikmati padi (masak) dari alam terbuka, mendapatkan makanan dan hidup dengan tumbuhan padi tersebut, dan hal ini berlangsung demikian dalam masa yang lama sekali. Berdasarkan atas takaran yang mereka nikmati dan makan itu, maka tubuh mereka tumbuh lebih padat, dan perbedaan bentuk mereka nampak lebih jelas. Bagi wanita nampak jelas kewanitaannya (itthilinga) dan bagi laki-laki nampak jelas kelaki-lakiannya (purisalinga).

Kemudian wanita sangat memperhatikan tentang keadaan laki-laki, dan laki-laki pun sangat memperhatikan keadaan wanita. Karena mereka saling memperhatikan keadaan diri satu sama lain terlalu banyak, maka timbullah nafsu indriya yang membakar tubuh mereka. Dan sebagai akibat adanya nafsu indriya tersebut, mereka melakukan hubungan kelamin.

Vasettha, ketika mahluk-mahluk lain melihat mereka melakukan hubungan kelamin .....

#### **Catatan:**

Sutta Pitaka, Digha Nikaya. Departemen Agama RI Direktorat Jendral Bimbingan Masyarakat Hindu dan Buddha. Proyek Pengadaan Kitab Suci Buddha, 1983, hal. 19 - 22. Kata-kata yang bergaris bawah adalah dari saya (**Corneles Wowor, M.A.**). **Abhassara adalah sebuah alam dari 31 alam kehidupan menurut agama Buddha.** Untuk ini lihat TABEL Alam-alam kehidupan di bagian akhir dari penulisan ini. Kehidupan di alam Abhassara dapat dicapai oleh mereka yang melaksanakan meditasi ketenangan batin (samatha) hingga mencapai tingkat samadhi yang disebut Jhāna II. Bila orang yang telah mencapai tingkat Jhāna II ini meninggal dunia pada waktu ia berada dalam keadaan samadhi pada tingkat Jhāna II, maka ia otomatis akan terlahir kembali sebagai dewa brahma di alam Abhassara.

#### **KEHIDUPAN MANUSIA DI ALAM SEMESTA**

Di dalam agama Buddha, Kehidupan bukan hanya satukali saja, Digha Nikaya, Brahmajala Sutta, Sang Buddha menerangkan tentang kehidupan manusia yang telah hidup berulang-ulang kali yang diingat berdasarkan pada kemampuan batin yang dihasilkan oleh meditasi. Sang Buddha mengatakan bahwa :

..... ada beberapa pertapa dan brahmana yang disebabkan oleh semangat, tekad, kesungguhan dan kewaspadaan bermeditasi, ia dapat memusatkan pikirannya, batinnya, menjadi tenang, ia dapat mengingat alam-alam kehidupannya yang lampau pada 1, 2, 3, 4, 5, 10, 20, 30, 40, 50, 100, 1000, beberapa ribu atau puluhan ribu kehidupan yang lampau ..... 1, 2, 3, 4, 5, 10, kali masa bumi berevolusi (bumi terjadi dan bumi hancur, bumi terjadi kembali dan hancur kembali ..... dst.). ..... 20, 30, sampai 40 kali masa bumi berevolusi ..... (tetapi) Tathagata telah menyadari dan mengetahui hal-hal lain yang lebih jauh daripada jangkauan pandangan-pandangan mereka tersebut .....

Menurut pandangan Buddhis, kehidupan atau kelahiran manusia bukan baru sekali saja tetapi telah berulang-ulang kali hidup di bumi ini dan juga hidup di bumi-bumi yang lain. Manusia atau makhluk hidup berpindah-pindah dari sebuah bumi ke bumi yang lain. Perpindahan kehidupan manusia dari sebuah bumi ke bumi yang lain disebabkan karena bumi yang dihuninya telah hancur lebur atau kiamat, maka setelah kematiannya di bumi tersebut ia terlahir di alam Abhassara (alam cahaya). Kelahiran di alam Abhassara ini dapat dicapai oleh orang yang melakukan meditasi ketenangan batin (samatha bhāvana). Alam Abhassara adalah sebuah alam dari 31 alam kehidupan menurut kosmologi alam kehidupan Buddhis. Tentang 31 alam ini lihatlah TABEL ALAM-ALAM KEHIDUPAN. Bila seseorang bermeditasi **samatha bhāvana** hingga mencapai tingkat Jhāna II, dan kalau orang tersebut meninggal dunia dalam kondisi meditasi pada Jhāna II tersebut maka ia akan terlahir sebagai Brahma di alam Abhassara dan hidup dengan masa usia yang lama sekali. Dari ke 31 alam, kecuali lima alam Suddhāvāsa yaitu alam Aviha, Atappa, Sudassa, Sudassi dan Akanittha, adalah alam lokuttara (transenden) tempat kelahiran para anagami salah satu dari makhluk suci (ariya pugala).

[lihat alam kehidupan di paling bawah]

Manusia pada umumnya telah berulang-ulang kali masuk keluar hidup di di 26 alam kehidupan. Kelahiran manusia di salah sebuah alam tergantung pada amal perbuatannya semasa hidupnya di sebuah alam.

*Bersambung ke .... Ringkasan Ajaran Buddha (2)*

**Ringkasan Ajaran Buddha (2)**

## RINGKASAN AJARAN BUDDHA (2)

Disusun oleh : Tanhadi

### KIAMAT

Pada suatu ketika bumi kita ini akan hancur lebur dan tidak ada. Tapi hancur leburnya bumi kita ini atau kiamat bukanlah merupakan akhir dari kehidupan kita. Sebab seperti apa yang telah diuraikan di halaman terdahulu, bahwa di alam semesta ini tetap berlangsung pula evolusi terjadinya bumi. Lagi pula, bumi kehidupan manusia bukan hanya bumi kita ini saja tetapi ada banyak bumi lain yang terdapat dalam tata surya - tata surya yang tersebar di alam semesta ini.

Kiamat atau hancur leburnya bumi kita ini menurut Anguttara Nikaya, Sattakanipata diakibatkan oleh terjadinya musim kemarau yang lama sekali dengan berlangsungnya musim kemarau yang panjang ini muncullah matahari yang kedua, lalu dengan berselangny suatu masa yang lama matahari ketiga muncul, matahari keempat, matahari kelima, matahari keenam dan akhirnya muncul matahari ketujuh. Pada waktu matahari ketujuh muncul, bumi kita terbakar hingga menjadi debu dan lenyap bertebaran di alam semesta. Pemunculan matahari kedua, ketiga dan lain-lain bukan berarti matahari-matahari itu tiba-tiba terjadi dan muncul di angkasa, tetapi matahari-matahari tersebut telah ada di alam semesta kita ini. Dalam setiap tata surya terdapat matahari pula.

Menurut ilmu pengetahuan bahwa setiap planet, tata surya, dan galaksi beredar menurut garis orbitnya masing-masing. Tetapi kita sadari pula, karena banyaknya tata surya di alam semesta kita ini, maka pada suatu masa garis edar tata surya kita akan bersilangan dengan garis orbit tata surya lain, sehingga setelah masa yang lama ada tata surya yang lain lagi yang bersilangan orbitnya dengan tata surya kita. Akhirnya tata surya ketujuh menyilangi garis orbit tata surya kita, sehingga tujuh buah matahari menyinari bumi kita ini. Baiklah kita ikuti uraian tentang kiamat yang dikhotbahkan oleh Sang Buddha kepada para bhikkhu :

Bhikkhu, akan tiba suatu masa setelah bertahun-tahun, ratusan tahun, ribuan tahun, atau ratusan ribu tahun, tidak ada hujan. Ketika tidak ada hujan, maka semua bibit tanaman seperti bibit sayuran, pohon penghasil obat-obatan, pohon-pohon palem dan pohon-pohon besar di hutan menjadi layu, kering dan mati ....

Para bhikkhu, selanjutnya akan tiba suatu masa, suatu waktu di akhir masa yang lama, matahari kedua muncul. Ketika matahari kedua muncul, maka semua sungai kecil dan danau kecil surut, kering dan tiada ....

Para bhikkhu, selanjutnya akan tiba suatu masa, suatu waktu di akhir masa yang lama, matahari ketiga muncul. Ketika matahari ketiga muncul, maka semua sungai besar, yaitu sungai Gangga, Yamuna, Aciravati, Sarabhu dan Mahi surut, kering dan tiada .....

Para bhikkhu, selanjutnya akan tiba suatu masa, suatu waktu di akhir masa yang lama, matahari keempat muncul. Ketika matahari keempat muncul, maka semua danau besar tempat bermuaranya sungai-sungai besar, yaitu danau Anotatta, Sihapapata, Rathakara, Kannamunda, Kunala, Chaddanta, dan Mandakini surut, kering dan tiada .....

Para bhikkhu, selanjutnya akan tiba suatu masa, suatu waktu di akhir masa yang lama, matahari kelima muncul. Ketika matahari kelima muncul, maka air maha samudra surut 100 yojana lalu surut 200 yojana, 300 yojana, 400 yojana, 500 yojana, 600 yojana dan surut 700 yojana. Air maha samudra tersisa sedalam tujuh pohon palem, enam, lima, empat, tiga, dua pohon palem, dan hanya sedalam sebatang pohon palem. Selanjutnya, air maha samudra tersisa sedalam tinggi tujuh orang, enam, lima, empat, tiga, dua dan hanya sedalam tinggi seorang saja, lalu dalam airnya setinggi pinggang, setinggi lutut, hingga airnya surut sampai sedalam tinggi mata kaki.

Para bhikkhu, bagaikan di musim rontok, ketika terjadi hujan dengan tetes air hujan yang besar, mengakibatkan ada lumpur di bekas tapak-tapak kaki sapi, demikianlah dimana-mana air yang tersisa dari maha samudra hanya bagaikan lumpur yang ada di bekas tapak-tapak kaki sapi.

Para bhikkhu, selanjutnya akan tiba suatu masa, suatu waktu di akhir masa yang lama, matahari keenam muncul. Ketika matahari keenam muncul, maka bumi ini dengan gunung Sineru sebagai raja gunung-gunung, mengeluarkan, memuntahkan dan menyemburkan asap.

Para bhikkhu, bagaikan tungku pembakaran periuk yang mengeluarkan, memuntahkan dan menyemburkan asap, begitulah yang terjadi dengan bumi ini. Demikianlah, para bhikkhu, semua bentuk (sangkhara) apa pun adalah tidak kekal, tidak abadi atau tidak tetap. Janganlah kamu merasa puas dengan semua bentuk itu, itu menjijikkan, bebaskanlah diri kamu dari semua hal.

Para bhikkhu, selanjutnya akan tiba suatu masa, suatu waktu di akhir masa yang lama, matahari ketujuh muncul. Ketika matahari ketujuh muncul, maka bumi ini dengan gunung Sineru sebagai raja gunung-gunung terbakar, menyala berkobar-kobar, dan menjadi seperti bola api yang berpijar. Cahaya nyala kebakaran sampai terlihat di alam Brahma, demikian pula dengan debu asap dari bumi dengan gunung Sineru tertiuip angin sampai ke alam Brahma. Bagian-bagian dari puncak gunung Sineru setinggi 1, 2, 3, 4, 5 ratus yojana terbakar dan menyala ditaklukkan oleh amukan nyala yang berkobar-kobar, hancur lebur. Disebabkan oleh nyala yang berkobar-kobar bumi dengan gunung Sineru hangus total tanpa ada bara maupun abu yang tersisa. Bagaikan mentega atau minyak yang terbakar hangus tanpa sisa. Demikian pula bumi maupun debu tidak tersisa sama sekali.

### **KESELAMATAN ATAU KEBEBASAN**

Konsep ini pun sangat penting diperhatikan karena salah sebuah ajaran yang terpenting dari agama adalah tentang keselamatan atau kebebasan. Keselamatan atau kebebasan merupakan tujuan dari semua agama. Ada agama yang menjanjikan keselamatan bagi pengikutnya yang akan didapatnya setelah berbuat kebaikan selama hidupnya dan bila pengikut itu meninggal dunia maka di akhirat ia akan mendapat pahalanya hidup di alam surga untuk selamanya dan menikmati kebahagiaan yang tiada taranya. Tetapi bila orang melakukan perbuatan-perbuatan yang salah, buruk dan tidak terpuji, maka sesudah ia meninggal dunia maka orang tersebut akan mendapat ganjaran yang menyedihkan di dalam neraka. Demikianlah ajaran yang umum diketahui oleh masyarakat termasuk umat Buddha. Menurut pandangan agama Buddha pandangan yang menyatakan keselamatan yang dapat dinikmati setelah kematian adalah suatu pandangan yang spekulatif. Keselamatan menurut pandangan agama Buddha harus didasarkan pada akal dan pengalaman, seperti apa yang dikatakan oleh G.P. Malalasekera bahwa :

"Agama Buddha adalah ajaran empiris dan antimetafisika, dan tidak dapat menerima sesuatu yang tak dapat dialami oleh akal atau pancaindera".

Keselamatan atau kebebasan dapat dicapai dalam masa kehidupan kita sebagai manusia, dan kebebasan ini pun diketahui oleh orang bersangkutan pula, seperti apa yang disabdakan oleh Sang Buddha dalam Parinibbana Sutta : Mengenai Bhikkhu Salba, O, Ananda, dengan melenyapkan kekotoran-kekotoran batinnya selama hidupnya itu, maka ia telah memperoleh kebebasan batiniah dari noda, telah mendapatkan kebebasan melalui kebijaksanaan, dan hal itu telah dipahami dan disadarinya sendiri.

Untuk mencapai kebebasan atau keselamatan, Sang Buddha telah menunjukkan jalan yang dapat dilaksanakan oleh setiap orang. Dengan mengikuti jalan yang telah ditunjukkan ini kita dapat mencapai kesucian pada kehidupan sekarang ini juga, seperti apa yang diuraikan Beliau dalam Satipatthana Sutta, Digha Nikaya dan Majjhima Nikaya sebagai berikut :

Para bhikkhu, ini adalah satu-satunya jalan untuk mensucikan mahluk-mahluk, untuk mengatasi penderitaan duka nestapa, untuk menghancurkan kesusahan dan kesedihan, untuk mencapai jalan kebenaran, untuk mencapai Nibbana (nirvana), jalan itu adalah Empat Perkembangan Perhatian .....

Para bhikkhu, bilamana seseorang melaksanakan dengan sungguh-sungguh Empat Perkembangan Perhatian seperti ini selama tujuh tahun, maka salah sebuah dari dua hasil yang dapat dicapainya Pengetahuan (Kesuciannya) pada kehidupan sekarang ini, atau jika masih ada bentuk ikatan tertentu ia mencapai tingkat kesucian Anagami.

Empat Perkembangan Perhatian tidak dapat diuraikan secara terperinci di sini, bila ada yang mau mempelajari dan melaksanakannya dapat melihat langsung pada Satipatthana Sutta atau dalam Visuddhi Magga (The Path of Purification). Empat Perkembangan Perhatian ini merupakan dasar dari meditasi Vipassana didasarkan pada segala sesuatu yang bersyarat adalah tidak kekal (anicca), segala sesuatu yang bersyarat adalah tidak menyenangkan (dukkha), dan segala sesuatu yang bersyarat maupun tidak bersyarat adalah tanpa aku atau jiwa yang kekal (anatta).

### **KITAB SUCI**

Kitab Suci Agama Buddha yang tertulis dalam Bahasa *Pali* adalah TIPITAKA, yang terdiri dari :

- **Vinaya Pitaka** = Yang berisikan tata-tertib bagi para bhikkhu/bhikkhuni.
- **Sutta Pitaka** = Yang berisikan khotbah-khotbah Sang Buddha

- **Abidhamma Pitaka** = Yang berisikan Ajaran tentang metafisika dan ilmu kejiwaan.

Sedangkan yang tertulis dalam bahasa Sansekerta adalah :

- **Avatamsaka Sutra.**
- **Lankavatara Sutra.**
- **Saddharma Pundarika Sutra.**
- **Vajracchendika Prajna Paramita Sutra (Kim Kong Keng), dan lain-lain**

### TIMBULNYA DUA ALIRAN BESAR

Segera setelah Buddha Gautama mencapai Pari-Nibbana, maka diadakanlah Sidang Agung (Sanghasamaya):

**Yang pertama di kota Rajagaha (543 S.M.).** Sidang ini dipimpin oleh Y.A. Kassapa dan dihadiri oleh 500 orang bhikkhu yang semuanya telah mencapai tingkat Arahat. Maksud dari sidang ini ialah untuk menghimpun Ajaran-ajaran dari Buddha Gautama yang diberikan di tempat-tempat yang berlainan, kepada orang-orang yang berlainan dan pada waktu yang berlainan pula selama 45 tahun. Dalam sidang tersebut Y.A. Upali mengulang tata-tertib bagi para bhikkhu dan bhikkhuni (Vinaya) dan Y.A. Ananda mengulang khotbah-khotbah (Sutta) dari Buddha Gautama. Ajaran-ajaran dan khotbah-khotbah ini dihafalkan di luar kepala dan diajarkan lagi kepada orang lain dari mulut ke mulut.

**Sidang Agung ke-dua diadakan di kota Vesali lebih kurang 100 tahun kemudian (l.k. 443 S.M.).** Sidang ini diadakan untuk membicarakan tuntutan segolongan bhikkhu (golongan Mahasangika), yang menghendaki agar beberapa peraturan tertentu dari Vinaya, yang dianggap terlalu keras, dirobah atau diperlunak. Dalam sidang ini golongan Mahasangika dikalahkan dan sidang memutuskan untuk tidak merobah Vinaya yang sudah ada.

**Sidang Agung ke-tiga diadakan lebih kurang 230 tahun setelah Sidang Agung pertama (l.k. 313 S.M.), di ibu kota kerajaan Asoka, yaitu Pataliputta.** Sidang ini dipimpin oleh Y.A. Tissa Moggaliputta dan bertujuan menertibkan beberapa perbedaan pendapat yang menyebabkan perpecahan di dalam Sangha. Di samping itu sidang memeriksa kembali dan menyempurnakan Kanon (Kitab Suci) Pali. Di Sidang Agung ke-tiga ini Ajaran Abidhamma diulang secara tersendiri, sehingga dengan demikian lengkaplah sudah Kanon Pali yang terdiri dari tiga kelompok besar, meskipun masih belum dituliskan dalam kitab-kitab dan masih dihafal di luar kepala. Golongan bhikkhu-bhikkhu yang terkena penertiban meninggalkan golongan Sthaviravada (pendahulu dari golongan yang sekarang dikenal sebagai Theravada) dan mengungsi ke arah Utara.

**Sidang Agung ke-empat diadakan di Srilangka pada 400 tahun setelah Buddha Gautama meninggal dunia dan dipimpin oleh seorang anak dari Raja Asoka, yaitu Mahinda.** Sidang ini berhasil untuk secara resmi menulis Ajaran-Ajaran Buddha Gautama di daun-daun lontar yang kemudian dijadikan buku Tipitaka dalam bahasa Pali.

**Sidang Agung ke-lima diadakan di Kanishka** oleh Raja Kanishka pada kurang lebih 600 tahun setelah Buddha Gautama meninggal dunia. Sidang ini diadakan oleh mereka yang memisahkan diri dari golongan Sthaviravada dan di sidang ini buku Tipitaka menurut pandangan golongan Mahayana secara resmi ditulis dalam bahasa Sansekerta.

#### Catatan :

Buddha Gautama bukanlah Buddha yang pertama di dalam masa-dunia ini (*masa-dunia* atau *kalpa*; *satukalpa* lamanya kurang lebih 4.320.000.000 tahun). Buddha-Buddha sebelumnya adalah Buddha Kakusandha, Buddha Konagamana, Buddha Kassapa, Buddha yang akan datang adalah Buddha Mettaya (Maitreya). Menurut Buddha Gautama, Ajaran Beliau akan dapat bertahan selama lebih kurang 5.000 tahun; setelah itu Ajaran Beliau akan demikian diselewengkan, sehingga mungkin masih ada yang menggunakan nama Agama Buddha, tetapi ajarannya akan jauh sekali berbeda dengan Ajaran Beliau yang asli. Karena itu akan datang kembali Seorang Buddha lain yang akan dikenal sebagai Buddha Mettaya (Maitreya).

**Yojana**, dari bahasa Sansekerta adalah sebuah unit atau satuan untuk mengukur jarak. Satu yojana kurang lebih panjangnya sekitar 15 kilometer.(kurang lebih 7 mil)

### KESUNYATAAN DAN KENYATAAN

- **Paramatha-sacca** : Kebenaran mutlak (absolute truth), dan harus memenuhi syarat-syarat sebagai berikut :
  - o Harus benar.
  - o Tidak terikat oleh waktu ; waktu dulu, sekarang dan waktu yang akan datang sama saja.
  - o Tidak terikat oleh tempat ; di sini, di Amerika ataupun di bulan sama saja.
- **Sammuti-sacca** : Kebenaran relatif ; berarti bahwa sesuatu itu benar, tetapi masih terikat oleh waktu dan tempat.

### EHIPASSIKO

**Ehipassiko** berarti "datang dan alamilah sendiri". Umat Buddha tidak diminta untuk percaya saja, tetapi justru untuk mengalami sendiri segala sesuatu. Ini menunjukkan khas Buddhisme, berbeda dengan apa yang diajarkan oleh Agama-agama lain.

## EMPAT KESUNYATAAN MULIA

### 1. Kesunyataan Mulia tentang Dukkha

Hidup dalam bentuk apa pun adalah dukkha (penderitaan) :

- dilahirkan, usia tua, sakit, mati adalah penderitaan.
- berhubungan dengan orang yang tidak disukai adalah penderitaan.
- ditinggalkan oleh orang yang dicintai adalah penderitaan.
- tidak memperoleh yang dicita-citakan adalah penderitaan.
- masih memiliki lima khanda adalah penderitaan.

#### Dukkha dapat juga dibagi sbb. :

- **dukkha-dukkha** - ialah penderitaan yang nyata, yang benar dirasakan sebagai penderitaan tubuh dan bathin, misalnya sakit kepala, sakit gigi, susah hati dll.
- **viparināma-dukkha** - merupakan fakta bahwa semua perasaan senang dan bahagia --berdasarkan sifat ketidakkekalan-- di dalamnya mengandung benih-benih kekecewaan, kekesalan dll.
- **sankhārā-dukkha** - lima khanda adalah penderitaan ; selama masih ada lima khanda tak mungkin terbebas dari sakit fisik.

### 2. Kesunyataan Mulia tentang asal mula Dukkha

Sumber dari penderitaan adalah *tanhā*, yaitu nafsu keinginan yang tidak ada habis-habisnya. Semakin diumbar semakin keras ia mencengkeram. Orang yang pasrah kepada *tanhā* sama saja dengan orang minum air asin untuk menghilangkan rasa hausnya. Rasa haus itu bukannya hilang, bahkan menjadi bertambah, karena air asin itu yang mengandung garam. Demikianlah, semakin orang pasrah kepada *tanhā* semakin keras *tanhā* itu mencengkeramnya. Dikenal tiga macam *tanhā*, yaitu :

- **Kāmatanhā** : kehausan akan kesenangan indriya, ialah kehausan akan :

§ bentuk-bentuk (indah)

§ suara-suara (merdu)

§ wangi-wangian

§ rasa-rasa (nikmat)

§ sentuhan-sentuhan (lembut)

§ bentuk-bentuk pikiran

- **Bhavatanhā** : kehausan untuk lahir kembali sebagai manusia berdasarkan kepercayaan tentang adanya "atma (roh) yang kekal dan terpisah" (attavada).

- **Vibhavatanhā** : kehausan untuk memusnahkan diri, berdasarkan kepercayaan, bahwa setelah mati tamatlah riwayat tiap-tiap manusia (ucchedavāda).

### 3. Kesunyataan Mulia tentang lenyapnya Dukkha

Kalau *tanhā* dapat disingkirkan, maka kita akan berada dalam keadaan yang bahagia sekali, karena terbebas dari semua penderitaan (bathin). Keadaan ini dinamakan **Nibbana**.

1. **Sa-upadisesa-Nibbana** = Nibbana *masih bersisa*. Dengan 'sisa' dimaksud bahwa lima khanda itu masih ada

2. **An-upadisesa-Nibbana** = Setelah meninggal dunia, seorang Arahant akan mencapai anupadisesa-nibbana, ialah Nibbana *tanpa sisa* atau juga dinamakan Pari-Nibbana. Sang Arahant telah beralih ke dalam keadaan yang tidak dapat dilukiskan dengan kata-kata. Misalnya, kalau api padam, kejurusan mana api itu pergi? jawaban yang tepat : 'tidak tahu' Sebab api itu padam karena kehabisan bahan bakar.

**Arti Nibbana** [Pali]; Sanskerta= Nirvana-s [nir; nis = "tidak ada, lenyap, habis"; + va = "menutup"] = "Musnah, Lenyap, Padam, memadamkan". Merupakan suatu keadaan/ kondisi padamnya nafsu keinginan dan Tidak pernah diartikan sebagai Alam atau tempat atau Tuhan.

### 4. Kesunyataan Mulia tentang Jalan Menuju Lenyapnya Dukkha

Delapan Jalan Utama (Jalan Utama Beruas Delapan) yang akan membawa kita ke Jalan Menuju lenyapnya Dukkha, yaitu :

- **Pañña**

o Pengertian Benar (sammā-ditthi)

o Pikiran Benar (sammā-sankappa)

- **Sila**

o Ucapan Benar (sammā-vācā)

o Perbuatan Benar (sammā-kammanta)

o Pencarian Benar (sammā-ajiva)



- **Samādhi**
- o Daya-upaya Benar (*sammā-vāyāma*)
- o Perhatian Benar (*sammā-sati*)
- o Konsentrasi Benar (*sammā-samādhi*)

Delapan Jalan Utama ini dapat lebih lanjut diperinci sbb. :

**1. Pengertian Benar (*sammā-ditthi*) menembus arti dari :**

- Empat Kesunyataan Mulia
- Hukum Tilakkhana (Tiga Corak Umum)
- Hukum Paticca-Samuppāda
- Hukum Kamma

**2. Pikiran Benar (*sammā-sankappa*)**

- Pikiran yang bebas dari nafsu-nafsu keduniawian (*nekkhamma-sankappa*).
- Pikiran yang bebas dari kebencian (*avyāpāda-sankappa*)
- Pikiran yang bebas dari kekejaman (*avihimsā-sankappa*)

**Ucapan Benar (*sammā-vācā*) Dapat dinamakan Ucapan Benar, jika dapat memenuhi empat syarat di bawah ini:**

- Ucapan itu benar
- Ucapan itu beralasan
- Ucapan itu berfaedah
- Ucapan itu tepat pada waktunya

**3. Perbuatan Benar (*sammā-kammanta*)**

- Menghindari pembunuhan
- Menghindari pencurian
- Menghindari perbuatan a-susila

**4. Pencarian Benar (*sammā-ajiva*) Lima pencarian salah harus dihindari (M. 117), yaitu :**

- Penipuan
- Ketidak-setiaan
- Penujuman
- Kecurangan
- Memungut bunga yang tinggi (praktek lintah darat)

**Di samping itu seorang siswa harus pula menghindari lima macam perdagangan , yaitu :**

- Berdagang alat senjata
- Berdagang mahluk hidup
- Berdagang daging (atau segala sesuatu yang berasal dari penganiayaan mahluk-mahluk hidup)
- Berdagang minum-minuman yang memabukkan atau yang dapat menimbulkan ketagihan
- Berdagang racun.

**5. Daya-upaya Benar (*sammā-vāyāma*)**

- Dengan sekuat tenaga mencegah munculnya unsur-unsur jahat dan tidak baik di dalam bathin.
- Dengan sekuat tenaga berusaha untuk memusnahkan unsur-unsur jahat dan tidak baik, yang sudah ada di dalam bathin.
- Dengan sekuat tenaga berusaha untuk membangkitkan unsur-unsur baik dan sehat di dalam bathin.
- Berusaha keras untuk mempernyata, mengembangkan dan memperkuat unsur-unsur baik dan sehat yang sudah ada di dalam bathin.

**6. Perhatian Benar (*sammā-sati*)Sammā-sati ini terdiri dari latihan-latihan Vipassanā-Bhāvanā (meditasi untuk memperoleh pandangan terang tentang hidup), yaitu :**

- Kāyā-nupassanā = Perenungan terhadap tubuh
- Vedanā-nupassanā = Perenungan terhadap perasaan.
- Cittā-nupassanā = Perenungan terhadap kesadaran.
- Dhammā-nupassanā = Perenungan terhadap bentuk-bentuk pikiran

**7. Konsentrasi Benar (*sammā-samādhi*)Latihan meditasi untuk mencapai JhānaJhāna. Siswa yang telah berhasil melaksanakan Delapan Jalan Utama memperoleh :**

- *Sila-visuddhi* - Kesucian Sila sebagai hasil dari pelaksanaan Sila dan terkikis habisnya Kilesa
- *Citta-visuddhi* - Kesucian Bathin sebagai hasil dari pelaksanaan Samadhi dan terkikis habisnya Nivarana
- *Ditthi-visuddhi* - Kesucian Pandangan sebagai hasil dari pelaksanaan Pañña dan terkikis habisnya Anusaya.

**Kekotoran bathin(Asava), dapat dibagi dalam 3 (tiga) golongan besar, yaitu:**

1. **Kilesa** = Kekotoran bathin yang kasar dan dapat jelas dilihat atau didengar.

2. **Nivarana** = Kekotoran bathin yang agak halus, yang agak sukar diketahui
3. **Anusaya** = Kekotoran bathin yang halus sekali dan sangat sukar untuk diketahui.



Agama Buddha mengenal 2 (dua) macam meditasi (Bhavana) :

**Samatha-bhavana** = Meditasi untuk mendapatkan ketenangan bathin melalui *Jhāna-Jhāna*:

- **Jhāna pertama** :
- **Vitakka** = Usaha dalam tingkat permulaan untuk memegang obyek.
- **Vicāra** = Pikiran yang berhasil memegang obyek dengan kuat.
- **Piti** = Kegiuhan
- **Sukha** = Kebahagiaan.
- **Ekaggata** = Pemusatan pikiran yang kuat.
- **Jhāna kedua**
- **Vicāra, Piti, Sukha, Ekaggata.**
- **Jhāna ketiga**
- **Piti, Sukha, Ekaggata.**
- **Jhāna keempat**
- **Sukha, Ekaggata.**
- **Jhāna kelima**
- **Ekaggata + keseimbangan bathin.**

Meditasi Samatha-bhāvanā yang sangat dipujikan ialah **Brahma-Vihāra-bhāvanā** yang terdiri dari :

- a. **Mettā-bhāvanā** = Usaha dalam tingkat permulaan untuk memegang obyek.
- b. **Karunā-bhāvanā** = Meditasi welas-asih terhadap semua mahluk yang sedang menderita.
- c. **Muditā-bhāvanā** = Meditasi yang mengandung simpati terhadap kebahagiaan orang lain.
- d. **Upekkhā-bhāvanā** = Meditasi keseimbangan bathin.

**Brahmā-Vihāra-bhāvanā** dapat juga dipakai untuk melemahkan kecenderungan - kecenderungan untuk melakukan perbuatan yang tidak baik.

#### Tiga Akar Perbuatan

Tiga hal yang di bawah ini dapat disebut sebagai tiga akar atau sumber untuk melakukan perbuatan, yaitu :

- **Lobha** = Kemelekatan yang sangat terhadap sesuatu sehingga menimbulkan *keserakahan*.
- **Dosa** = Penolakan yang sangat terhadap sesuatu sehingga menimbulkan *kebencian*.
- **Moha** = Kebodohan ; tidak dapat membedakan mana yang buruk dan mana yang baik.

**Vipassanā-bhāvanā** = Meditasi untuk memperoleh Pandangan Terang tentang hidup, tentang hakikat sesungguhnya dari benda-benda. Latihan-latihan Vipassanā-bhāvanā sudah diterangkan sewaktu membahas Perhatian Benar (*sammā-sati*). Tujuan dari latihan-latihan bhāvanā ialah untuk menyingkirkan Nivarana (lihat pembahasan Asava) yang dianggap sebagai rintangan untuk memperoleh ketenangan bathin maupun Pandangan Terang tentang hidup dan hakekat sesungguhnya dari benda-benda. Perincian dari Nivarana adalah sbb. :

- **Kāmacchanda** -- nafsu keinginan
- **Vyāpāda** -- keinginan jahat, kebencian dan amarah.
- **Thina-middha** -- lamban, malas dan kesu.
- **Uddhacca-kukkucca** -- gelisah dan cemas.
- **Vicikicchā** -- keragu-raguan.

Dalam tingkat kesucian, umat Buddha dapat dibagi dalam dua golongan :

- **Puthujjana** - Ialah para bhikkhu dan orang-orang berkeluarga yang belum mencapai tingkat kesucian
- **Ariya-puggalā** - Ialah para bhikkhu dan orang-orang berkeluarga yang setidaknya-tidaknya telah mencapai tingkat kesucian pertama.

### Tingkat Kesucian

#### Sotapanna

- **Mematahkan belenggu:**
  - o *Sakkāyaditthi* = Pandangan sesat tentang adanya pribadi, jiwa atau aku yang kekal.
  - o *Vicikicchā* = Keragu-raguan terhadap Sang Buddha dan AjaranNya.
  - o *Silabbataparāmāsa* = Kepercayaan takhyul bahwa upacara agama saja dapat membebaskan manusia dari penderitaan.

*Maksimum Kelahiran kembali adalah 7 kali*

#### Sakadāgāmi

- **Mematahkan belenggu Sotapanna** (*Sajjayaditthi, Vicikicchā dan Silabbataparāmāsa*)
- Melemahkan belenggu-belenggu Anagāmi (*Kāmarāga dan Vyāpāda.*)

*Maksimum kelahiran adalah 1 kali.*

#### Anāgāmi

- **Mematahkan Belenggu:**
  - o *Kāmarāga* = Nafsu Indriya.
  - o *Vyāpāda* = Benci, keinginan tidak baik.

*Tidak terlahir kembali di alam manusia, tetapi langsung terlahir kembali di salah sebuah dari lima alam Suddhavāsa. Di salah sebuah alam Suddhavāsa, Anagāmi akan mencapai tingkat kesucian Arahat dan mencapai parinibbāna*

#### Arahat

- **Mematahkan Belenggu:**
  - o *Ruparāga* = Kemelekatan atau kehausan untuk terlahir di alam bentuk. (*rūpa-rāga*)
  - o *Aruparāga* = Kemelekatan atau kehausan untuk terlahir di alam tanpa bentuk.
  - o *Māna* = Ketinggian hati yang halus, Perasaan untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain *Uddhacca* = Bathin yang belum seimbang benar.
  - o *Avijjā* = Kegelapan bathin, Suatu kondisi batin yang haus sekali karena yang bersangkutan belum mencapai tingkat kebebasan sempurna (arahat).
  - o **Mencapai Nibbāna.**

#### Catatan:

Untuk Belenggu rupa-rāga dan arupa-rāga, Apabila ia meninggal sewaktu dalam keadaan samadhi dan telah mencapai Jhāna I, Jhāna II, Jhāna III atau Jhāna IV (lihat TABEL) maka ia dilahirkan di Alam bentuk (*rūpa-rāga*) Lima samyojana/Belenggu pada Sotapanna dan Anagāmi dikenal sebagai lima belenggu rendah atau Orambhāgiya-samyojana., Lima samyojana berikutnya pada Belenggu arahat dikenal dengan nama belenggu tinggi atau Uddhambhāgiya-samyojana. Orambhāgiya-samyojana dan Uddhambhāgiya-samyojana telah dimusnahkan oleh Arahat.

#### Perbedaan antara Avijjā dan Moha.

- *Avijjā* = Kebodohan/kegelapan bathin, karena **tidak dapat menembus** arti dari Empat Kesunyataan Mulia, Hukum Tilakkhana, Hukum Paticca-Samuppada, Hukum Kamma.
- *Moha* = Kebodohan/kegelapan bathin, karena tidak dapat membedakan apa yang baik dan apa yang tidak baik.

### HUKUM TILAKKHANA (TIGA CORAK UMUM)

Hukum Tilakkhana ini termasuk Hukum Kesunyataan; berarti bahwa Hukum ini berlaku di mana-mana dan pada setiap waktu. Jadi tidak terikat oleh waktu dan tempat.

- ***Sabbe sankhārā aniccā***, Segala sesuatu dalam alam semesta ini yang terdiri dari paduan unsur-unsur adalah tidak kekal. Umat Buddha melihat segala sesuatu dalam alam semesta ini sebagai suatu proses yang selalu dalam keadaan bergerak, yaitu : Uppada (timbul), Thiti (berlangsung), Bhanga (berakhir/lenyap).
- ***Sabbe sankhārā dukkha***, Apa yang tidak kekal sebenarnya tidak memuaskan dan oleh karena itu adalah penderitaan.
- ***Sabbe Dhammā Anattā***, Segala sesuatu yang tercipta dan tidak tercipta adalah tanpa inti yang kekal/abadi. Contoh dari sesuatu yang tidak tercipta adalah Nibbāna.

#### Di samping paham anattā yang khas Buddhisme terdapat juga dua paham lain yaitu :

- **Attavāda** - Paham bahwa atma (roh) adalah kekal-abadi dan akan berlangsung sepanjang masa (tidak dibenarkan oleh Sang Buddha).

- **Ucchedavāda** - Paham bahwa setelah mati atma (roh) itu pun akan turut lenyap (tidak dibenarkan oleh Sang Buddha)

Contoh konkrit tentang paham anattā, misalnya kalau kita membuat roti. Roti dibuat dengan memakai tepung, ragi, gula, garam, mentega, susu, air, api, tenaga kerja dll.. Tetapi setelah menjadi roti tidak mungkin kita akan menunjuk satu bagian tertentu dan mengatakan : ini adalah tepungnya, ini garamnya, ini menteganya, ini airnya, ini apinya, ini tenaga kerjanya dst. Karena setelah bahan-bahan itu diaduk menjadi satu dan dibakar di oven, maka bahan-bahan itu telah berubah sama sekali.

*Kesimpulan* : Meskipun roti itu terdiri dari bahan-bahan yang tersebut di atas, namun setelah melalui proses pembuatan dan pembakaran di oven telah menjadi sesuatu yang *baru sama sekali dan tidak mungkin lagi untuk mengembalikannya dalam bentuknya yang semula*.

### **PANCA KHANDHA**

Dalam Agama Buddha diajarkan bahwa seorang manusia terdiri dari lima kelompok kehidupan/kegemaran (Khandha) yang saling bekerja-sama dengan erat sekali. Ke lima kelompok kehidupan/kegemaran tersebut adalah :

- **Rupa** - Bentuk, tubuh, badan jasmani.
- **Sañña** - Pencerapan.
- **Sankhāra** - Pikiran, bentuk-bentuk mental.
- **Vedanā** - Perasaan.
- **Viññana** - Kesadaran.

Gabungan dari No. 2, 3, 4 dan 5 dapat juga dinamakan **nama** (bathin), sehingga seorang manusia dapat dikatakan terdiri dari **rupa dan nama**.

**Dalam menangkap rangsangan dari luar, maka bekerja-samanya lima khandha ini adalah sbb. :**

- **Rupa** - Kita menangkap suatu rangsangan melalui mata, telinga, hidung, lidah, tubuh yang merupakan bagian dari badan jasmani kita
- **Viññana (citta)** - Kita lalu akan menyadari bahwa bathin kita telah menangkap suatu rangsangan.
- **Sañña** - Rangsangan tersebut mencerap ke dalam bathin kita melalui suatu bagian dari otak kita, mengenal obyek.
- **Sankhāra** - Rangsangan ini kita akan banding-bandingkan dengan pengalaman kita yang dulu-dulu melalui gambaran-gambaran pikiran yang tersimpan dalam bathin kita.
- **Vedanā** - Dengan membanding-bandingkan ini lalu timbul suatu perasaan senang (suka) atau tidak senang (tidak suka) terhadap rangsangan yang telah tertangkap melalui panca indera kita. Proses mental ini berlangsung sbb. :

**Kesadaran =>Pencerapan =>Pikiran => Perasaan .**

Menurut Ajaran Sang Buddha, di dalam diri seorang manusia hanya terdapat lima khandha ini dan tidak dapat ditemukan suatu *atma* atau roh yang kekal dan abadi. Dengan cara ini, maka *anattā* diterangkan melalui analisa.

### **HUKUM PATICCA-SAMUPPADA**

Paham anattā dapat pula diterangkan melalui cara sintesa, yaitu melalui Hukum Paticca-Samuppada (Hukum Sebab-musabab Yang Saling Bergantungan). Prinsip dari Hukum ini diberikan dalam empat formula pendek, yaitu :

- **Imasming Sati Idang Hoti**, Dengan adanya ini, maka terjadilah itu.
- **Imassuppādā Idang Uppajjati**, Dengan timbulnya ini, maka timbullah itu.
- **Imasming Asati Idang Na Hoti**, Dengan tidak adanya ini, maka tidak adalah itu.
- **Imassa Nirodhā Idang Nirujjati**, Dengan terhentinya ini, maka terhentilah juga itu.

**Berdasarkan prinsip dari saling menjadikan, relatifitas dan saling bergantung ini, maka seluruh kelangsungan dan kelanjutan hidup dan juga berhentinya hidup dapat diterangkan dalam formula dari duabelas *nidana* (sebab-musabab):**

- **Avijjā Paccayā Sankhāra,**

Dengan adanya kebodohan (ketidak-tahuan), maka terjadilah bentuk-bentuk karma.

- **Sankhāra Paccayā Viññānang,**

Dengan adanya bentuk-bentuk karma, maka terjadilah kesadaran.

- **Viññāna Paccayā Namarupang,**

Dengan adanya kesadaran, maka terjadilah bathin dan badan jasmani.

- **Namarupang Paccayā Salāyatanaṅg,**

Dengan adanya bathin dan badan jasmani, maka terjadilah enam indriya.

- **Salāyatana Paccayā Phassa,**

Dengan adanya enam indriya, maka terjadilah kesan-kesan.

- **Phassa Paccayā Vedanā,**

Dengan adanya kesan-kesan, maka terjadilah perasaan.

· ***Vedanā Paccayā Tanhā,***

Dengan adanya perasaan, maka terjadilah tanhā (keinginan).

· ***Tanhā Paccayā Upādānang,***

Dengan adanya tanhā (keinginan), maka terjadilah kemelekatan.

· ***Upādāna Paccayā Bhavo,***

Dengan adanya kemelekatan, maka terjadilah proses tumimbal lahir.

· ***Bhava Paccayā Jati,***

Dengan adanya proses tumimbal lahir, maka terjadilah kelahiran kembali.

· ***Jati Paccayā Jaramaranang,***

Dengan adanya kelahiran kembali, maka terjadilah kelapukan, kematian, keluh-kesah, sakit dll.

· ***Jaramarana,***

Kelapukan, kematian, keluh-kesah, sakit dll. adalah akibat dari kelahiran kembali.

Demikianlah kehidupan itu timbul, berlangsung dan bersambung terus. Kalau kita mengambil rumus tersebut dalam arti yang sebaliknya, maka kita akan sampai kepada penghentian dari proses itu. Dengan terhenti seluruhnya dari kebodohan, maka terhenti pula bentuk-bentuk karma; dengan terhentinya bentuk-bentuk karma, maka terhenti pulalah kesedaran; ..... dengan terhentinya kelahiran kembali, maka terhenti pulalah kelapukan, kematian, kesedihan dll.

*Bersambung ke ....Ringkasan Ajaran Buddha (3 - Terakhir)*

**Ringkasan Ajaran Buddha (3 - Terakhir)**

**RINGKASAN AJARAN BUDDHA (3-Terakhir)**

**Disusun oleh : Tanhadi**

## **HUKUM KAMMA**

*Kamma* adalah kata bahasa Pali yang berarti "perbuatan", yang dalam arti umum meliputi semua jenis kehendak dan maksud perbuatan, yang baik maupun yang buruk, lahir atau bathin dengan pikiran kata-kata atau tindakan. Makna yang luas dan sebenarnya dari *Kamma*, ialah semua kehendak atau keinginan dengan tidak membedakan apakah kehendak atau keinginan itu baik (bermoral) atau buruk (tidak bermoral), mengenai hal ini Sang Buddha pernah bersabda :

"Aku katakan, kehendak adalah *kamma*, karena didahului oleh kehendak, seseorang lalu bertindak dengan jasmani, ucapan dan pikiran"

*Kamma* bukanlah satu ajaran yang membuat manusia menjadi orang yang lekas berputus-asa, juga bukan ajaran tentang adanya satu nasib yang sudah ditakdirkan. Memang segala sesuatu yang lampau mempengaruhi keadaan sekarang atau pada saat ini, akan tetapi tidak menentukan seluruhnya, oleh karena *kamma* itu meliputi apa yang telah lampau dan keadaan pada saat ini, dan apa yang telah lampau bersama-sama dengan apa yang terjadi pada saat sekarang mempengaruhi pula hal-hal yang akan datang. Apa yang telah lampau sebenarnya merupakan dasar di mana hidup yang sekarang ini berlangsung dari satu saat ke lain saat dan apa yang akan datang masih akan dijalankan.

Oleh karena itu, saat sekarang inilah yang nyata dan ada "di tangan kita" sendiri untuk digunakan dengan sebaik-baiknya. Oleh sebab itu kita harus hati-hati sekali dengan perbuatan kita, supaya akibatnya senantiasa akan bersifat baik. Kita hendaknya selalu berbuat baik, yang bermaksud menolong mahluk-mahluk lain, membuat mahluk-mahluk lain bahagia, sehingga perbuatan ini akan membawa satu *kamma-vipaka* (akibat) yang baik dan memberi kekuatan kepada kita untuk melakukan *kamma* yang lebih baik lagi. Satu contoh yang klasik adalah sbb. :

Lemparkanlah batu ke dalam sebuah kolam yang tenang. Pertama-tama akan terdengar percikan air dan kemudian akan terlihat lingkaran-lingkaran gelombang. Perhatikanlah bagaimana lingkaran ini makin lama makin melebar, sehingga menjadi begitu lebar dan halus yang tidak dapat lagi dilihat oleh mata kita. Ini bukan berarti bahwa gerak tadi telah selesai, sebab bilamana gerak gelombang yang halus itu mencapai tepi kolam, ia akan dipantulkan kembali sampai mencapai tempat bekas di mana batu tadi dijatuhkan. Begitulah semua akibat dari perbuatan kita akan kembali kepada kita seperti halnya dengan gelombang di kolam yang kembali ke tempat dimana batu itu dijatuhkan. Sang Buddha pernah bersabda (**Samyutta Nikaya I, hal. 227**) sbb :

"Sesuai dengan benih yang telah ditaburkan begitulah buah yang akan dipetikinya, pembuat kebaikan akan mendapat kebaikan, pembuat kejahatan akan memetik kejahatan pula. Tertaburlah olehmu biji-biji benih dan engkau pulalah yang akan merasakan buah-buah dari padanya".

Segala sesuatu yang datang pada kita, yang menimpa diri kita, sesungguhnya benar adanya. Bilamana kita mengalami sesuatu yang membahagiakan, yakinlah bahwa *kamma* yang telah kita perbuat adalah benar. Sebaliknya bila ada sesuatu yang menimpa kita dan membuat kita tidak senang, *kamma-vipaka* itu menunjukkan

bahwa kita telah berbuat suatu kesalahan. janganlah sekali-kali dilupakan hendaknya bahwa kamma-vipaka itu senantiasa benar. Ia tidak mencintai maupun membenci, pun tidak marah dan juga tidak memihak. Ia adalah hukum alam, yang dipercaya atau tidak dipercaya akan berlangsung terus. Terdapat dua belas jenis bentuk-bentuk kamma yang tidak diperinci di sini.

Bentuk kamma yang lebih berat (bermutu) dapat menekan -- bahkan menggugurkan -- bentuk-bentuk kamma yang lain. Ada orang yang menderita hebat karena perbuatan kecil, tetapi ada juga yang hampir tidak merasakan akibat apapun juga untuk perbuatan yang sama. Mengapa? Orang yang telah menimbun banyak kamma baik, tidak akan banyak menderita karena perbuatan itu, sebaliknya orang yang tidak banyak melakukan kamma-kamma baik akan menderita hebat.

**Singkatnya :** Kamma Vipaka dapat diperlunak, dibelokkan, ditekan, bahkan digugurkan. Kamma dapat dibagi dalam tiga golongan :

- **Kamma Pikiran (mano-kamma).**
- **Kamma Ucapan (vaci-kamma)**
- **Kamma Perbuatan (kaya-kamma).**

#### **10 (sepuluh) jenis kamma baik:**

1. **Gemar beramal dan bermurah hati**, akan berakibat dengan diperolehnya kekayaan dalam kehidupan ini atau kehidupan yang akan datang.
2. **Hidup bersusila**, mengakibatkan terlahir kembali dalam keluarga luhur yang keadaannya berbahagia.
3. **Bermeditasi**, berakibat dengan terlahir kembali di alam-alam sorga.
4. **Berendah hati dan hormat**, menyebabkan terlahir kembali dalam keluarga luhur.
5. **Berbakti**, berbuah dengan diperolehnya penghargaan dari masyarakat.
6. **Cenderung untuk membagi kebahagiaan kepada orang lain** berbuah dengan terlahir kembali dalam keadaan berlebih-lebihan dalam banyak hal.
7. **Bersympati terhadap kebahagiaan orang lain** menyebabkan terlahir dalam lingkungan yang menggembirakan.
8. **Sering mendengarkan Dhamma**, berbuah dengan bertambahnya kebijaksanaan.
9. **Menyebarkan Dhamma**, berbuah dengan bertambahnya kebijaksanaan (sama dengan No.8).
10. **Meluruskan pandangan orang lain**, berbuah dengan diperkuatnya keyakinan.

#### **10 (sepuluh) jenis kamma buruk**

1. **Pembunuhan**, akibatnya pendek umur, berpenyakit, senantiasa dalam kesedihan karena terpisah dari keadaan atau orang yang dicintai, dalam hidupnya senantiasa berada dalam ketakutan.
2. **Pencurian**, akibatnya kemiskinan, dinista dan dihina, dirangsang oleh keinginan yang senantiasa tak tercapai, penghidupannya senantiasa tergantung pada orang lain.
3. **Perbuatan a-susila**, Akibatnya mempunyai banyak musuh, beristeri atau bersuami yang tidak disenangi, terlahir sebagai pria atau wanita yang tidak normal perasaan seksnya.
4. **Berdusta**, akibatnya menjadi sasaran penghinaan, tidak dipercaya khalayak ramai.
5. **Bergunjing**, akibatnya kehilangan sahabat-sahabat tanpa sebab yang berarti.
6. **Kata-kata kasar dan kotor**, akibatnya sering didakwa yang bukan-bukan oleh orang lain.
7. **Omong kosong**, akibatnya bertubuh cacat, berbicara tidak tegas, tidak dipercaya oleh khalayak ramai.
8. **Keserakahan**, akibatnya tidak tercapai keinginan yang sangat diharap-harapkan.
9. **Dendam, kemauan jahat / niat untuk mencelakakan makhluk lain**, akibatnya buruk rupa, macam-macam penyakit, watak tercela.
10. **Pandangan salah**, akibatnya tidak melihat keadaan yang sewajarnya, kurang bijaksana, kurang cerdas, penyakit yang lama sembuhnya, pendapat yang tercela.

**Lima bentuk kamma celaka/perbuatan durhaka** di bawah ini mempunyai akibat yang sangat berat ialah kelahiran di alam neraka :

1. **Membunuh ibu.**
2. **Membunuh ayah.**
3. **Membunuh seorang Arahata.**
4. **Melukai seorang Buddha.**
5. **Menyebabkan perpecahan dalam Sangha.**

#### **HIRI DAN OTTAPPA**

**Dua ciri khas yang dianggap dua sifat yang membantu melindungi dunia dari kekacauan :**

- **Hiri** = Perasaan malu, yaitu malu melakukan hal-hal yang tidak baik.
- **Ottappa** = Perasaan takut, yaitu takut akan akibat yang timbul dari perbuatan-perbuatan yang tidak baik.

#### **ATTHALOKA-DHAMMA**

**Dalam penghidupan seorang manusia tidak dapat terlepas dari 8 (delapan) keadaan, yaitu:**

**lābha - alābha** = untung – rugi

**yasa - ayasa** = terkenal - tak terkenal

**nindā - pasamsā** = dicela – dipuji

**sukha - dukkha** = gembira, bahagia - sedih, menderita dll.

## **PARITTA**

### **Vandana**

**Namo Tassa Bhagavato Arahato Samma-Sambuddhassa** = Terpujilah Sang Bhagava , Yang Maha Suci , Yang telah mencapai Pencerahan Sempurna

### **Tisarana**

· **Buddhang saranang gacchami** = Kami berlindung kepada Sang Buddha. 'Berlindung kepada Sang Buddha' berarti mencontoh sifat-sifat yang baik yang terdapat pada diri seorang Buddha.

· **Dhammang saranang gacchami** = Kami berlindung kepada Dhamma. 'Berlindung kepada Dhamma' berarti bahwa kita berusaha untuk melaksanakan Ajaran Sang Buddha dalam kehidupan kita sehari-hari, sehingga dengan demikian kita akan terhindar dari hal-hal yang tidak baik.

· **Sanghang saranang gacchami** = Kami berlindung kepada Sangha. 'Berlindung kepada Sangha' berarti bahwa kita menganggap Sangha sebagai guru dan mentaati ajaran yang diberikan oleh bhikkhu-bhikkhu yang telah mencapai tingkat kesucian. Yang dimaksud di sini ialah bahwa kita berlindung kepada Ariya Sangha yaitu pasamuhan mereka yang telah mencapai tingkat kesucian.

## **PANCASILA**

**1. Pānātipātā veramani sikkhāpadang samādiyāmi** = Aku bertekad akan melatih diri menghindari pembunuhan makhluk hidup. Untuk dapat digolongkan 'pembunuhan' harus memenuhi syarat-syarat sbb. :

- Adanya satu makhluk.
- Sadar bahwa itu makhluk.
- Niat untuk membunuh.
- Langkah-langkah perbuatan.
- Kematian sebagai akibatnya (mahluk itu betul-betul mati).

**2. Adinnādānā veramani sikkhāpadang samādiyāmi** = Aku bertekad akan melatih diri menghindari pencurian. Untuk dapat digolongkan 'pencurian' harus memenuhi syarat-syarat sbb. :

- Adanya milik orang lain.
- Kesadaran, pengertian akan keadaan ini.
- Niat untuk mencuri.
- Langkah-langkah perbuatan.
- Peralihan benda yang dicuri sebagai akibatnya.

**3. Kāmesu micchācārā veramani sikkhāpadang samādiyāmi** = Aku bertekad akan melatih diri menghindari perzinahan (perbuatan a-susila). Untuk dapat digolongkan 'perzinahan' harus memenuhi syarat-syarat sbb:

- Niat untuk mengalami sensasi obyek / sasaran yang terlarang dan bukan haknya.
- Berusaha
- Memiliki sasaran yang dimaksud.

**4. Musāvādā veramani sikkhāpadang samādiyāmi** = Aku bertekad akan melatih diri menghindari kedustaan (ucapan yang tidak benar). Untuk dapat digolongkan 'kedustaan' harus memenuhi syarat-syarat sbb. :

- Kedustaan.
- Niat untuk berdusta.
- Usaha, dan
- Menyampaikannya kepada orang lain.

**5. Surāmeraya-majjapamādatthānā veramani sikkhāpadang samādiyāmi** = Aku bertekad akan melatih diri menghindari makanan dan minuman yang menimbulkan kemabukkan dan ketagihan.

## **DASA PARAMITTA**

**Sepuluh Kesempurnaan dalam Kebajikan yang harus dimiliki oleh seorang Buddha, yaitu:**

- 1. Dāna** = Dermawan, gemar menolong orang lain.
- 2. Sila** = Bersih dalam ucapan dan perbuatan.
- 3. Nekkhamma** = Melepaskan ikatan keduniawian.
- 4. Pañña** = Kebijaksanaan
- 5. Viriya** = Tekun, bersemangat, ulet.
- 6. Khanti** = Sabar, dapat memaafkan kesalahan orang lain.
- 7. Sacca** = Mencintai kebenaran.

8. *Adithāna* = Teguh dalam tekad, tak tergoyahkan.
9. *Metta* = Cinta kasih luhur, mencintai semua makhluk tanpa perbedaan.
10. *Upekkhā* = Keseimbangan bathin, tak terpengaruh lagi oleh perasaan sukha dan dukkha.

## HARI BESAR

### Hari Waisak :

1. **Lahirnya Pangeran Siddharta** di Taman Lumbini di tahun 623 S.M.
2. Pangeran Siddharta **mencapai Penerangan Agung** dan menjadi Buddha di Buddha-Gaya pada usia 35 tahun di tahun 588 S.M.
3. Buddha Gautama **mangkat** di Kusinara pada usia 80 tahun di tahun 543 S.M.

### Hari Asadha :

Dirayakan 2 (dua) bulan setelah Waisak, juga waktu terang bulan (purnama sidhi) di bulan Juli ; untuk memperingati Khotbah pertama di taman rusa Isipatana (dekat Benares) di hadapan 5 (lima) orang pertapa (Kondañña, Bodhiya, Vappa, Mahanama, Assaji). Khotbah pertama ini dikenal sebagai *Dhammacakkapavattana-Sutta* (Khotbah berputarnya roda Dhamma).

### Hari Kathina :

Dirayakan 3 (tiga) bulan setelah hari Asadha. Perayaan Kathina dapat dilakukan dalam waktu 1 (satu) bulan, tidak ada hari-hari yang tertentu. Upacara Kathina dimaksudkan untuk memberikan keperluan hidup sehari-hari kepada para bhikkhu yang telah melaksanakan *vassa* selama 3 (tiga) bulan di suatu tempat tertentu. Senioritas seorang bhikkhu dihitung dari jumlah *vassa* yang telah dilaksanakannya.

### Magha-Puja

**Dirayakan di bulan Magha (Februari / Maret) pada waktu terang bulan; untuk memperingati peristiwa berkumpulnya 4 (empat) faktor (caturangga-sannipata) pada hari tersebut.:**

1. Purnama sidhi di bulan Magha.
2. 1.250 (seribu dua ratus lima puluh) orang bhikkhu berkumpul di Rajagaha tanpa pemberitahuan terlebih dahulu.
3. Semuanya Arahata dan memiliki 6 (enam) kekuatan gaib (*abhiñña*).
4. Semuanya ditahbiskan dengan memakai ucapan '*Ehi-bhikkhu*'.

**Pada waktu itu Sang Buddha membacakan Ovada patimokkha :**

- **Khanti paranang tapo titikkhā**

Kesabaran adalah cara bertapa yang paling baik.

- **Nibbānang paramang vadanti Buddhā**

Sang Buddha bersabda : Nibbanalah yang tertinggi dari segalanya.

- **Na hi pabbajjito pārupaghāti**

Beliau bukan pertapa yang menindas orang lain.

- **Samano hoti parang vihethayanto**

Beliau bukan pula pertapa yang menyebabkan kesusahan orang lain.

- **Sabba Pāpassa akaranang, Kusalassa upasampadā, Sacitta pariya-dapanang, Etang Buddhāna sāsanang**

Janganlah berbuat kejahatan, Perbanyaklah perbuatan baik, Sucikan hati dan pikiranmu, Itulah Ajaran semua Buddha

- **Anupavādo anupaghāto, Pātimokkhe ca samvaro**

Tidak menghina, tidak melukai, Mengendalikan diri sesuai dengan tata-tertib.

- **Matannutā ca bhattasming, Pantanca sayanāsanang**

Makanlah secukupnya, Hidup dengan menyepi.

- **Adhicitte ca āyogo, Etang Buddhāna Sasanang**

Dan senantiasa berpikir luhur, Itulah Ajaran Semua Buddha.

## ABHIÑÑA

**Dengan *Abhiñña* dimaksud 6 (enam) kekuatan gaib, yaitu :**

1. Memiliki pelbagai tenaga magis (*iddhi-vidhā*)
2. Telinga dewa (*dibbasota*)
3. Mata dewa (*dibbacakkhu*)
4. Dapat membaca pikiran orang lain (*ceto pariya-ñāna*)
5. Dapat mengingat kelahiran-kelahirannya yang lampau (*pubbenivāsānussati-ñāna*)
6. Pelenyapan Kekototan batin (*Asavakkhayanana*).

## PANDANGAN SALAH MENGENAI AGAMA BUDDHA

### Vihara dan Kelenteng :



**Umumnya orang menganggap kelenteng sama dengan vihara, padahal untuk disebut sebagai vihara harus memenuhi syarat-syarat sbb. :**

- Harus ada patung Sang Buddha pada tempat yang terhormat.
- Harus ada Dhammasala (tempat untuk berkhotbah).
- Harus ada kuti (tempat menginap untuk para bhikkhu/bhikkhuni).

Dan kebanyakan kelenteng tidak dapat disebut sebagai vihara, karena tidak terdapat hal-hal tersebut di atas. Di samping itu ada kelenteng yang khusus digunakan untuk menyimpan abu leluhur dari suatu golongan masyarakat tertentu.

**Pemuja berhala :**

**Orang-orang menganggap bahwa umat Buddha adalah pemuja berhala, padahal umat Buddha menyembah patung Sang Buddha :**

- Untuk menyatakan rasa hormat dan terima kasihnya kepada Sang Guru yang telah memberikan Ajarannya kepada umat manusia, seperti juga kita menghormati kepada bendera nasional kita.
- Sebagai obyek dalam meditasi.

Umat Buddha yang memberikan penghormatan dan pemujaan di depan patung Kwan Im (Avalokitesvara) adalah karena sifat welas-asih, pengorbanan dan sifat suka menolong yang dilambangkan dalam patung Kwan Im.

**Makan sayuranis ( Vegetarian)**

Umat Buddha tidak diharuskan untuk hanya makan sayur-sayuran saja. mereka makan sayuranis adalah dalam rangka melatih diri. Dan makan sayuranis atau makan daging tidak dapat dipakai untuk mengukur pencapaian kesucian seseorang.

**Perabuan jenazah:**

Seorang umat Buddha tidak mutlak harus diperabukan kalau meninggal dunia. Ia boleh dengan bebas menentukan sendiri, apakah kelak setelah meninggal dunia akan dikubur atau dibuang (dkubur) di laut atau ditinggal di hutan atau di goa tanpa ditanam.

**Sikap pesimistis**

Seorang umat Buddha sering dikatakan sebagai seorang yang pesimistis, karena selalu memandang dari sudut *dukkha* (penderitaan), padahal kalau kita mengerti *hukum karma* dan tahu arti dari istilah *viriyā* (semangat yang membaja), kita tidak mungkin menjadi orang pesimis.

**Harus meninggalkan keluarga**

Ada anggapan bahwa untuk menjadi umat Buddha yang baik seseorang harus meninggalkan keluarganya untuk menjadi bhikkhu atau bhikkhuni, anggapan yang demikian adalah tidak benar. Terdapat banyak contoh bahwa orang-orang yang masih berkeluarga pun (para upasaka/upasika) sanggup mencapai tingkat-tingkat kesucian. Dan kalau ada orang yang mau menjadi bhikkhu, terlebih dahulu ia harus mendapat ijin dari orang tuanya atau isterinya, dan harus memenuhi syarat lain lagi, misalnya isteri dan anak-anaknya tidak terlantar, berkelakuan baik dan tidak menderita penyakit yang menular atau penyakit jiwa.

**Mandi minyak, berjalan di atas bara api :**

Kedua hal tersebut tidak ada hubungannya dengan agama Buddha. Perlu kiranya diketahui bahwa Buddha Gautama sendiri dengan tegas melarang murid-muridNya menggunakan dan mempertontonkan ilmu gaib dalam usaha untuk mencari umat.

**TABEL ALAM-ALAM KEHIDUPAN (Batas Umur)**

**Arupa Loka (Alam tanpa bentuk)**

- N'eva Sañña N'āsaññāyatana, 84.000 M.K
- Akiñcaññāyatana, 60.000 M.K
- Viññānañcāyatana, 40.000 M.K
- Ākāsānañcāyatana, 20.000 M.K

**Rupa Loka (alam Bentuk)**

**Catuttha Jhāna Bhūmi Alam Jhāna IV**

- **Suddhavassa**
  - o Akanittha, 16.000 M.K
  - o Sudassi, 8.000 M.K
  - o Sudassa, 4.000 M.K
  - o Atappa, 2.000 M.K
  - o Aviha, 1.000 M.K
  - o Asaññasatta, 500 M.K
  - o Vehapphala, 500 M.K

**Tatiya Jhāna Bhūmi Alam Jhāna III**

- o Subhakinha, 64 M.K
- o Appamānasubha, 32 M.K
- o Parittasubha, 16 M.K

**Dutiya Jhāna Bhūmi Alam Jhāna II**

- o Abhassara, 8 M.K
- o Appamānabha, 4 M.K
- o Parittabha, 2 M.K

**Pathama Jhāna Bhūmi Alam Jhāna I**

- o Maha Brahma, 1 A.K
- o Brahma Purohita, 1/2 A.K
- o Brahma Parisajja, 1/3 A.K

**Kama Loka Alam Nafsu**

- **Sugati** - Alam Bahagia
  - o Devaloka - Alam Surga
  - § Paranimmitavasavatti, 16.000 T.S
  - § Nimmānarati, 8.000 T.S
  - § Tusita, 4.000 T.S
  - § Yāma, 2.000 T.S
  - § Tāvātimsa, 1.000 T.S
  - § Cātummahārājika, 500 T.S
  - o Manussa (Manusia), Tak Terbatas
- **Dugati** - Alam Menderita
  - o Asurayoni, Tak Terbatas
  - o Petayoni, Tak Terbatas
  - o Tiracchānayoni, Tak Terbatas
  - o Niraya, Tak Terbatas

**Keterangan :**

**M.K.** = Mahā Kappa

**A.K.** = Asangkheyya Kappa

**T.S.** = Tahun Surgawi

**Sumber:**

1. [samaggi-phala.org: Intisari Agama Buddha \(Pdf\)](http://samaggi-phala.org: Intisari Agama Buddha (Pdf))
2. <http://id.wikipedia.org/wiki/>
3. *Corneles Wowor, M.A. (samaggi-phala.or.id (pdf))*
4. *Pokok-Pokok Dasar Buddha Dhamma – Tanhadi*
5. *Sang Buddha dan Ajarannya – Ven. Narada*